

4・5・6月は  
健診&健康チェック月間

支部の行事や班会で健康チェック（血圧・体組成・尿チェック等）に取り組みましょう！  
5/22から「健康づくりマスター講座」が開講します♪ 支部や班で健康チェックができる人になりませんか！？ 各支部からの受講申し込みをお待ちしています！

## ストレッチ班でお花見したよ！

4月8日、西区西支部のストレッチ班のメンバー21名で、西風新都のころへお花見に行きました。残念ながら連日の雨で桜はわずかしかなかったのですが、後半には天気も良くなり気持ちの良いお花見となりました。お散歩をしたり、昼食時やおやつ時には皆さんたくさんの話題で盛り上がっていました。来年は満開の桜と一緒に見に行きたいですね！！最後はみんなで集合写真をパチリッ。「普段一人では行けないような所も、こういう風につどっていけるのはうれしい！」という参加者もいて、継続した班会で仲間を作るのは一人一人の生活を彩るのだと改めて気づかされました！



## 運営委員も たまげたよ！ 会場が参加者でいっぱい

4月18日、五日市支部総会が五日市診療所の待

合で開催されました。



当日は、組合員さん45名と予想以上に多くの方に参加していただき、診療所の待合は参加者でいっぱいになりました。内容も盛りだくさんで、五日市支部の活動報告・活動方針案から始まり、浜名理事から生協重点課題について、田中組織部長から新病院について、下久保事務長からは「いのちの章典」についての分かりやすいお話がありました。さらに運営委員の川村さんからは、呼吸についてのお話と「あいうべ体操」の紹介があり、みんなで実際に「あ・い・う・べー」と大きく口を動かして体操をしました。

支部総会終了後はお昼休憩をはさんで、恒例の五日市診療所利用委員会主催ミニコンサートです。ゲストにお招きしたご夫婦のロマンチックなギター演奏と歌に聴き入り、最後はみんなで大きな声を出して歌を歌いました。

参加されたみなさんは、まじめな話の時は真剣に聞き、楽しい部分では明るく積極的に参加してください、終始とても良い雰囲気支部総会になりました。